

הפיתוי של האשמה

התקבל בתקשור שנערך בתל אביב ב-19.7.25

אם כך, שלום.

אם כך, אנו מתחילים. מפגש נוסף בדרך זו כדי לעסוק במתרחש. הזדמנות נוספת לגלות את מה שמסתתר, את מה שבני אדם מסרבים לחשוף, את מה שנחשף בכל מקרה.

זו אחת הדרכים לתאר את המאבק המתקיים בעולם זה של בני אדם - זהו המאבק בין ההכרח לחשוף אמת, לבין הנטייה של בני אדם להכחיש אותה. המאבק הזה יכול לבוא לידי ביטוי בכל תחומי החיים, בדרכים וצורות מגוונות למדי. כך או כך, זה המכנה המשותף. האם ישנה הסכמה להודות באמת, או שממשיך המאבק להכחיש אותה? זו השאלה, זו הבחירה.

פעמים רבות, כאשר בני אדם ממשיכים להכחיש את האמת, הם עושים את מה שבני אדם לרוב עושים, וזה לבוא בטענות, להאשים. לעיתים אתם מאשימים את עצמכם, לעיתים אתם מאשימים אחרים. כך או כך, האשמה, הטענה, היא אמצעי אפקטיבי מאוד להכחיש את האמת. אתם עוסקים במה לא בסדר, בעצמכם או באחרים, לעיתים מתוך מחשבה שגויה שהעיסוק במה לא בסדר, הוא חלק מההתמודדות עם האמת. אבל פעמים רבות, כאשר אתם עוסקים במה לא בסדר, אתם למעשה מתרחקים מהאמת, פעמים רבות מכחישים אותה.

כך הם פני הדברים - כאשר אתם עוסקים במה לא בסדר, אתם לרוב אינכם מביטים ישר פנימה לתוכם, בדיוק לתוך מה שקורה ומה שקיים. פעמים רבות אתם מספרים לעצמכם סיפור כזה או אחר שמרחיק אתכם מהגורם האמיתי לכך שהדברים הם כפי שהם.

המלכודת במסע ההתפתחות

הסיפור שאתם מספרים עשוי להיות אמיתי מאוד בחוויה, ועשויה להיות לו השפעה גדולה מאוד על היום-יום שלכם. כאשר אתם מרגישים לא בסדר, כאשר אתם מוצאים מה מסביבכם לא בסדר, מי לא בסדר, אתם יכולים מאוד בקלות להידבק למציאות הזו, לחוויה הזו, להיות משוכנעים שאתם צודקים, בטוחים שאתם יודעים. מבלי לדעת, מבלי להבין, שבאופן הזה אתם ממשיכים להכחיש, ממשיכים להתעלם מהאמת שיש, שכדאי להכיר בה.

זה עשוי להיות כך, משום שהטענות עשויות להיות לכם מאוד הגיוניות, והרגשות שנלווים לטענות, גם הם עשויים להיות מאוד משכנעים. האשמה, הפחד, הבושה, הם יכולים להשפיע עליכם באופן אינטנסיבי מאוד. אתם עשויים להיות בטוחים בעצמכם שאתם או אחרים לא בסדר.

מה שאנו מתארים הוא אחת המלכודות במסע ההתפתחות של בני אדם. אחת המלכודות הנפוצות והאפקטיביות. זו חוויה שבתוכה האור יכול להיעלם לגמרי, אבל זו גם חוויה שמזרימה חיים. זאת משום שכאשר אתם מאשימים ומרגישים אשמים, אתם גם מרגישים

חיים. אתם צודקים, אתם יודעים, אתם בטוחים, וכל זה מלווה בתחושת חיוניות. גם אם כל זה מביא איתו ייאוש, עדיין יש חיוניות, משום שאתם בטוחים שאתם צודקים.

החיוניות הזו היא חלק ממה שגורם לבני אדם לדבוק באשמה ובהאשמה, בטענות, במאבק. אתם דבקים בזה, גם אם זה גוזל מכם כוח וחיים והזדמנויות ושפע וכספים. אתם דבקים בזה משום החיוניות.

הפיתוי של החיוניות

הגילוי של האמת, ההסכמה להכיר בה, לוקחת מכם, לפחות לזמן מה, הרבה מאותה תחושה של חיוניות. כאשר אתם מכירים באמת מי אחראי על מה, אותה החיוניות עשויה להתפוגג. אתם עשויים להרגיש שצצים רגשות חיוביים אחרים, אבל החיוניות המסוימת הזו לא תהיה.

אין זה מקרי שפעמים רבות בני אדם מרגישים שלהודות באמת זה כמו להודות בכישלון, משום שהאנרגיה שלכם הופכת להיות, לפחות לזמן מה, נפולה ונבולה. זה יהיה יותר קל, יותר מפתה, להמשיך להאשים.

בתוך זה אתם עשויים לאבד את עצמכם. בני אדם עשויים לאבד חיבור לעצמם, לאור ולבריאה כולה. כאשר אתם שואלים את עצמכם כיצד זה יכול להיות שבני אדם מפסיקים את ההתפתחות שלהם, הנה תשובה - הם נשאבים אל תוך האשמה וההאשמה, נלכדים בפיתוי של החיוניות, ומאבדים את כל השאר.

הפיתוי הזה לעיתים מונע מבני אדם לצאת למסע ההתפתחות בכלל, לעיתים הוא הופך את המסע למורכב, לעיתים הוא גורם לבני אדם להפסיק התפתחות לגמרי. כאשר אתם מרגישים לא בסדר, כאשר אתם בטוחים שאתם יודעים מה לא בסדר בכם או באחרים, אתם תגלו שזה יהיה קשה מאוד להיפרד מההרגשה הזאת. התחושה שאומרת, "אני צודק/ת", היא תחושה שיש לה כוח רב עליכם. כאמור, גם אם בתוך זה יש ייאוש, ברבדים יותר עדינים, אתם יכולים לזהות את החיוניות, והחיוניות היא הפיתוי.

לגלות את האמת הנסתרת

יש אמיתות שונות להכיר בהן. חלקן קולקטיביות, אחרות אינדיבידואליות. בני אדם מסתירים אמיתות שונות, נאבקים כדי לא לגלות אותן. פעמים רבות אינכם יודעים בכלל מהי האמת שאתם נמנעים מלגלות.

אתם עשויים לזהות שאתם נמנעים מאמת מסוימת, אם אתם מוצאים את עצמכם מסתבכים שוב ושוב בתוך אשמה והאשמה. אם אתם מזהים שזהו המצב, אז כדאי לחזור ולבחון, לשאול את עצמכם "מהי האמת שאיני רואה? מהי האמת שאני מסתיר/ה, מכחיש/ה?".

זו יכולה להיות אמת לגבי עצמכם, זו יכולה להיות אמת לגבי החיים באופן כללי. זו אמת שיכולה להיות רלוונטית ליחסים שלכם עם אדם מסוים, אולי עם יותר מאדם אחד, וזה לעיתים יכול להיות רלוונטי להקשרים השונים בו זמנית. כך או כך, ישנה אמת שעליכם לגלות.

מלחמה עקובה מדם

דיברנו ואמרנו שאתם קשורים זה בזה. זו אמת שאתם נוטים להכחיש. אתם קשורים זה בזה, ויש לכם השפעה. כאשר אתם מכחישים את האמת הזו, או לפחות מנסים להכחיש אותה, התוצאה יכולה להיות מלחמה עקובה מדם. אנו אומרים זאת מטאפורית, אבל גם מילולית - המלחמה אכן עקובה מדם.

האמת הזו, האומרת שאתם קשורים זה לזה ומשפיעים זה על זה, אינה נעלמת, היא אינה משתנה. הקשר ממשיך להיות קיים. כיצד אתם חיים את חייכם? מה אתם מממשים? מי אתם? כל זה ממשיך להיות בסימן שאלה. הבחירה היא שלכם, כל אדם עבור עצמו. האם אתם מזהים את הקשר, את ההשפעה? והאם אתם יכולים לראות את הקשר וההשפעה מבלי להיסחף למחוזות של אשמה והאשמה? האם אתם יכולים להכיר באמת ולהתעורר בעקבותיה?

בו זמנית ישנן אמיתות אחרות שאתם עשויים להסתיר מעצמכם. לעיתים ההסתרה היא במודע, פעמים רבות היא אינה במודע כלל וכלל. אין זה באמת משנה. אתם אינכם צריכים להתאמץ כדי לגלות את האמת המסתתרת. כל מה שכדאי לעשות, אם אתם בוחרים בכך, הוא לזהות באילו תחומים, באילו מערכות יחסים מתקיימים אשמה והאשמה.

דרך הגילוי אתם יכולים להתחיל לשאול שאלות. דרך הגילוי אתם יכולים להתחיל לברר מהי האמת. אם אין אשמה אמיתית, אם אין את מי להאשים בפנים ובחוץ, אז מהי האמת?

הצורך להאשים

בתהליכי ההתפתחות שלכם אתם פעמים רבות צריכים להאשים. במיוחד אם נפגעתם ולמדדתם להאשים את עצמכם. לעיתים חלק מהריפוי הוא להפסיק להאשים את עצמכם, ולהאשים מחדש את אלו אשר באמת אשמים, את אלו שבאמת פגעו בכם.

אתם עשויים להשתמש במה שמסרנו עד כה כדי לשלול מעצמכם את הזכות לבוא בטענות. אל תעשו זאת. יש לכם פעמים רבות כעסים, שאתם נושאים בתוכם, על אנשים שפגעו בכם, כעסים שכדאי לבטא ולרפא.

בו זמנית שימו לב למצבים, לתחומים, במערכות היחסים שבהם אתם נמצאים בתוך סבך של אשמה והאשמה. אם אתם מזהים סבך שאינו פוסק, אז כדאי לחזור ולבחון מהי האמת שאתם מסתירים.

לעיתים האמת שאתם מסתירים תהיה שזה לא אתם אשמים, אלא אחרים. שיש על מי לכעוס, אבל זה לא אתם. אתם עשויים לגלות אמיתות שונות. אנו מדגישים את העניין הזה של כעס, כדי לוודא ככל האפשר שלא תשתמשו במה שאנו מוסרים כדי להעמיד פנים שהכול בסדר.

מילים אלו נמסרות בפעם זו כדי לסייע לכם להעמיק אל תוך מה שלא בסדר באמת, להביא מודעות וריפוי למה שבאמת חסר, למה שבאמת פגוע, למה שבאמת אינו תקין, וזאת כדי שתוכלו ליצור ריפוי ושינוי.

זה מה שאנו מציעים לכם בזמן זה - חזרו פנימה לעצמכם. חזרו לשים לב. שימו לב לאותה תחושה מפתה של חיוניות, וגלו האם אתם יכולים לוותר עליה ולהיפתח לאמת. גם אם החוויה באותם הרגעים לא תהיה מיד חיובית, יש לכל זה, כידוע, השפעה חיובית בהמשך הדרך.

אלו הן המילים שלנו לפעם זו.

שמחנו,
אם כך, שלום.

טוהר.